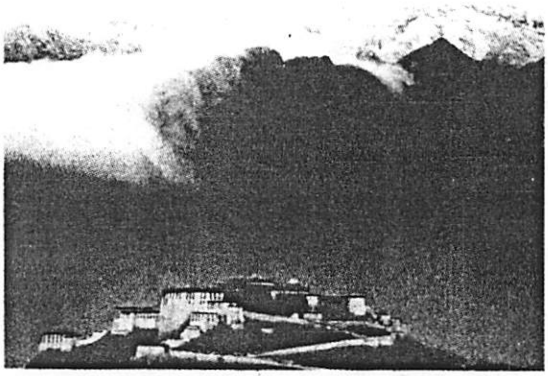
日々の実践のためのワンポイント

◆ *One Point Lecture* ◆

煩悩捨断ー3　性欲（上）



もともと現代の人々の生き方というものは、魚座の影響を受けている。この魚座は、アプロディーテー、およびキューピッドが象徴されている。つまり、まさに恋愛および邪淫の時代なのである。そして、現代人の喜びのほとんどは、この邪淫および恋愛に集中する。この時代の特徴として、このアプロディーテーやあるいはキューピッドが、なぜ魚の形に変化（へんげ）しなければならなかったのか。それはこの世最大の怪物から逃れるためである。つまりこの時代は、まさに強い者から逃れ、そしてひたすら自己の性欲、あるいは恋愛を満足させる時代なのである。

（九四年八月二十一日　第四サティアン）
（FS3-p215）

魚座の時代に、愛欲の興奮というきずなによってこの人間界に転生してきたわたしたちにとって、性欲からの解放は修行を進める上での大きなポイントです。現世において肯定されている性の喜びは、修行者にとっては大きな障害であり、苦の因にすぎないからです。

現代は、魚座の時代から、選ばれた魂が神へ至るという水瓶座の時代への移行期、その二つの特徴が並行して現われるとされる時期です。

この時代において選ばれた者だけが神の世界へと至り、それ以外の者は、アプロディーテーおよびキューピッドの仕掛けた罠によって動物界へと転生することになる。（同）

このコーナーではこれから三回にわたって性欲の捨断について学んでいきます。魂の二分化の時代、上流の道を確定し神の世界へ至るために、しっかり記憶修習しましょう。

1 不邪淫

まず、性欲捨断のための戒——不邪淫の戒を見てみましょう。この戒は、出家と在家とでは内容が異なるということは、すでに皆さんも十分ご存じですね。

◆サマナにおける不邪淫の戒

サマナにおける不邪淫とは何だ？——このサマナにおける戒には二つある。その一つは、**相手を巻き込むような性的交わりをしないということ**。だな、一つは。もう一つは、**自分のエネルギーをロスしないということ**、だな？　特に、前者は問題があると。後者については、懺悔しながらできるだけ落としていかなければならないと。そうだな。なぜかというと巻き込むことによって、他の魂を**三悪趣、流転の道を歩かせることになる**からである。

（九一年五月九日　富士山総本部）（FS4-p172）

この「邪淫をなすなかれ」についても、在家の戒は人妻とのセックスを禁止し、また愛のないセックスを禁止してるわけだが、それだけではなく、将来において出家修行を考える者は、**一切性エネルギーを漏らさないと。それだけではなく、性的なイメージ、その他も心に生起しないように日々の努力を行なう必要がある**、ということがいえるだろう。

（九二年七月十四日　第二サティアン）（FS2-p1083）

邪淫とは、一般的仏教的解釈によると、人の奥さんと性的な交わりをしないと。これが最もアウトライン、外側の戒律ということになります。この外側の戒律とは、それが出家修行者や、あるいは在家でも修行が進んでくると、**心において他の異性を意識することも邪淫の戒に触れる**と。

（九二年六月八日　茨城県総合福祉会館）（FS2-p1055）

在家における不邪淫の戒は行為における邪淫を戒めるものですが、出家修行の不邪淫の戒は、身においてだけではなく、イメージ、そして意識においても邪淫を禁じています。在家の修行は、現世のしがらみを持ちながらも功徳を積み、悪業を減少させて、来世できるだけ高い世界へ至ることを目的としているのに対して、出家修行は煩悩から完全に解放されること――解脱・悟りを目的としているということがその違いの原因です。

2　性欲の破戒の恐ろしさ

では、なぜ性欲の戒を守らなければならないのでしょうか。

◆下向のカルマをつくりやすい

……わたしたちが現世へ下向するカルマを最もつくりやすい、異性との恋愛。そしてこの、異性との恋愛は、結果的にはわたしたちを闇に巻き込むんだよ……

（九三年三月二日　キリスト礼拝祭）

性欲の破戒は、直接的に下向の原因となることが多いので、真理との縁を傷つける恐ろしい破戒なのです。しかも、対象を巻き込んでしまうと、一人で下向したときと比較にならないほど大きな悪業になってしまいます。

◆異性との破戒

……（対象を）巻き込むことによって、他の魂を三悪趣、流転の道を歩かせることになる。

（九一年五月九日　富士山総本部）（FS4-p172）

身における行為だけでなく、異性を思念することも同様に対象を引きずり降ろすものであり、悪業となります。また、性欲のイメージをもてあそぶことが性欲の破戒の因となることもあります。



◆イメージによる破戒で異性に巻き込まれる

Aという師がいた。このAという師（クンダリニー・ヨーガの成就者）は大変優秀な師で、よく説法を理解し、そして神通もかなりのものを有していた。しかし、Aという師には性に対するイメージがまだ残っていた。（中略）

彼は大変若く、なかなかハンサムでもある。よって、女性の誘惑も多い。もちろん、神通をかなり使えるぐらいの師であるから、性エネルギーを漏らすということそのものが、どのように自分自身の神秘的な力に影響を与えるかをよく知っている。よって、彼はこう考えた。性エネルギーを漏らしさえしなければいいと。そして、イメージ力によってその煩悩を満足させようとしたのである。

ちょうど性欲の強い女性のサマナがいた。この性欲の強い女性サマナは、無対象、特定の対象ではなく、不特定の対象に対して性欲を有している、つまり本質的に性欲を持っていた。それにA師は完全に感応し、そして巻き込まれてしまった。

（『超越神力　Part 2』第2章）（FSI-p407）

◆思念によって引きずり降ろせば大悪業に

例えば、ここに女性がいてだよ、この女性が、ね、シッシャでもいいし、あるいは大師でもいいし、ね、性的に思念したとしよう。そして、その大師が、例えばつぶれたと。これは悪業になると思うか、善業になると思うか。（中略）これは最高の悪業になると経典ではうたわれているんだね。その理由はわかるかな。

ところがね、仏典では仏陀に性的イメージをなしたとしても、どこの経典を調べても悪業になるとは書いてないんだよ。さあ、この二つの意味合いはわかるかな。（中略）

ということは、ここに大師がいて、大師を異性が思念したと。で、その異性が引き上げられたと。そうするとこれは、この大師は善業を積んだことになるか、悪業を積んだことになるか。ところが、**大師が変なイメージに引きずられて一気に引き下がったと。これは？この異性は？**（中略）

つまり、カルマの理論の根本にあるものは、ただ一つなんだよ。相手を高い世界に引き上げる、これは善業であると。**相手を低い世界に引き下げる、これは？**だとしたら、ここに仏陀がいて、この仏陀に対して、ね、例えば、これは女性の仏陀かもしれない、男性の仏陀かもしれない、ね。性的イメージであろうと、あるいは執着であろうと、あるいは何でも構わないから、とにかく絶えず思念し続けると。そして、その人の修行はどんどん進んだと。これはどうだ、悪業になると思うかならないと思うか。悪業にならないよね。

で、ポイントはね、今日なぜこういう話をしてるかというと、仏典でも警告をかなりしてるんだね。つまり、仏陀釈迦牟尼の弟子たちは、なかなかハンサムな弟子が多かったから。これは今のオウム

の思考、つまり一般の凡夫の状態ということができる。逆に、聖者に対して、例えば愛情欲求を持ったり、あるいは帰依をしたり……（中略）……そのような状態になったとき、逆に脳波はアルファ波、あるいはデルタ波、あるいはシータ波といったような、俗にいうところの高僧、あるいは一般の瞑想家の状態に至るということが判明しました。

（九三年十一月十五日　亀戸道場）（FS4-p312）

◆愛著によってアストラルが共有される

例えば、単なる性欲だけではなく、ほんとに相手を尊敬し、愛著し合ったカップルというものは、脳波が全く同じパターンを取る。（中略）

このとき、形状-容姿は違っても、二人の形成するアストラルというものは、共有されていることを意味している。

（九三年十二月四日　亀戸道場）（FS4-p316）

自分よりステージの高い人が対象なら、脳波が同じになり、アストラルを共有することはいいことではないかと考える人もいるかもしれません。けれども、その対象に少しでもけがれがあれば、そのけがれの部分も含めてカルマが交換されるのです。また、グル以外の対象に集中するということは、グルからのエネルギーが入ってきにくいということにもなってしまいます。わたしたちが合一すべき対象は最終解脱者であるグルのみなのです。

●エネルギーの下降

次はエネルギーの問題です。「性エネルギーをロスすること」が出家における邪淫の定義の一つでしたが、性エネルギーのロスはどのような問題を招くのでしょうか。

◆功徳が消滅する

出家修行者の場合、性的交わりを行なうことによって、性のエネルギーが漏れ、せっかく積んだ功徳が消滅してしまう。よって、性的交わりを持たず、徳のエネルギーを漏らさないようにすべきである。

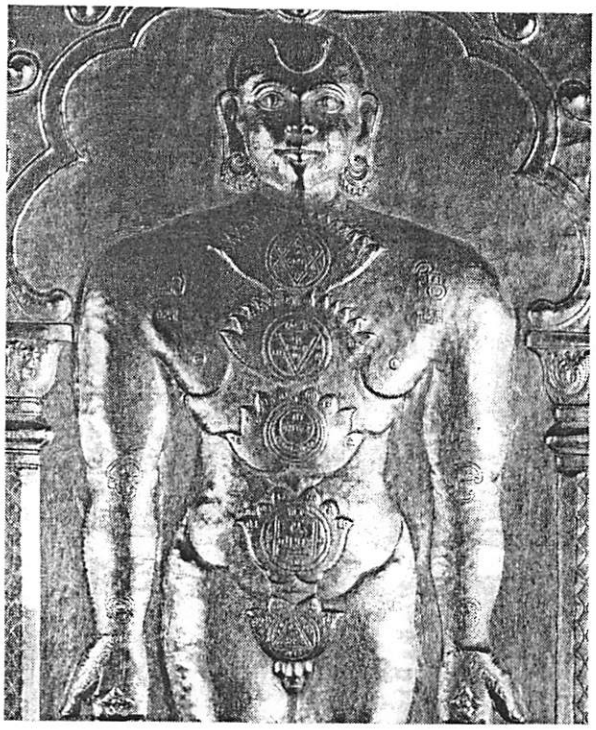
（九一年六月二十七日　シャンバラ精舎）（FS4-p185）

◆ボーディチッタを漏らす恐怖

いくら一生懸命功徳を積もうと思っても、下からエネルギーが漏れていたとしたら、智慧へどのようにしてプラーナが還元されるんだろうかと。スヴァディスターナ・チァクラに蓄えられたボーディチッタが上昇し、わたしたちの大脳を振動させ、そして養分とならない限り、どのように智慧が発達するのだろうかと。こう考えたならば、ボーディサットヴァとして生きる上において、ボーディチッタを漏らすということは、最も恐怖である。もし、自分自身で漏れる、漏らす、とするならば、それはちょん切った方がいい。それぐらいの、強い決意をもって捨断すべきだ。

（九三年八月十六日　清流精舎）（FS4-p293）

性エネルギーは、クンダリニー・ヨーガに不可欠なエネルギーです。性欲の破戒によってこれを漏らすことは、成就を遠ざける結果になります。



◆エネルギー源を失う

まず、ね、セックスのときに使うエネルギーというものは、水元素のエネルギーを使ってるわけだね。これはチァクラとしては、スヴァディスターナ・チァクラを使っていると。ね。そして、この**チァクラを使いすぎると、ね、体質的には、まず粘液体質になると**。ね。そして、**精を漏らすならば、この、わたしたちの精液というものはクンダリニー・ヨーガのエネルギー源だから、いくら修行しても体が熱くならないと。いくら修行しても、ね、爆発的なエネルギーが上昇しないという結果を招くわけだね**。（中略）

もちろん禁欲をするとね、精を漏らさないと、イライラしたり、あるいは、ね、少し気が短くなったりする。ところが、**エンライトするためには、そのエネルギーを、ね、上昇させて、例えばマニプーラの裏側にあるブラフマンの結節だとか、アナハタ・チァクラの裏側にあるヴィシュヌの結節だとか、アージュニァー・チァクラの裏側にある、ね、シヴァの結節だとかを破らなければならないわけだ。言い方を換えるならば、強力なエネルギーがない限り、その結節を破ることはできないんだよね**。

（八八年一月三十日　ニューヨーク支部）（FS2-p127）

今度は逆の方向で見てみましょう。修行を進めるためには、エネルギーを蓄積するだけではなく、それを上昇させていかなけ

ればいけないのですが、性欲の破戒は、逆にエネルギーを下降させることになるのです。

◆アパーナ気が下がる

例えば性欲の戒を破り、例えばオナニーをしたり、セックスをしたり、あるいは異性と抱き合ったり、セックスをしたりしてる人たちのアパーナ気というのは、ドーンと下がると。あるいは意識全体が低ければ、体全体のエネルギーがエレベーターみたいに下がると。

（九〇年七月十六日　富士山総本部）
(FS4-p132)

◆エネルギー下降の修習

君たちはこういう経験をしたことがあるはずだ。それは、たくさんのものを食べると性欲が強くなると。食事が少ないと性欲が弱ると。あるいは、性エネルギーを漏らし続けると漏らしたくなると。これは同じ理論だ。

つまり、たくさんのものを食べると、サマーナ気、アパーナ気と、どんどん下の気を使うようになる。性エネルギーを漏らすと、同じように下の気を使うようになる。だから、その気のコントロールができないと、エネルギーはどんどん下がるようになる。

（九〇年三月十一日　富士山総本部）
(FS2-p490)

●心への影響

エネルギーが下がると、それに乗って動く心の働きも引き下げられます。スヴァディスターナ・チャクラに意識が固定されると、無智・疑念・現世志向などのスヴァディスターナの意識状態が生起してしまうのです。

◆無智に覆われる

もちろん邪淫によって無智に覆われると。ね。これは、この中でも性エネルギーを漏らしたりしたときのあとの状態、ものが考えらんないと、思考力が鈍ると、そして眠りが多くなると。ね。この無智に陥った状態、これから離れるために不邪淫の戒があるんだと。ね。

（八九年九月二十四日　世田谷道場）

◆価値基準が動物的になる

また、スヴァディスターナ・チャクラのけがれている人とけがれていない人とを比較した場合、けがれていない人はどちらかというと、愛情という基準で物事を見るけれども、けがれている人は愛情イコールセックスという動物的な低い価値基準で物事を見てしまう。そして、そこに大きな違いがあるのである。

さらに、下のチャクラに引っかかってしまうと、当然、上にはエネルギーがいかない。スヴァディスターナ・チャクラに少しエネルギーが蓄えられても、性的接触によってそこがけがれて、エネルギーをロスすれば、永遠にクンダリニーのエネルギーが上昇しないということになるのである。だから、これは修行者と

◆偏った愛著はその裏側の邪悪心を生む

偏った愛著はその裏側の邪悪心を生起させます。例えば、ここに愛する人がいたとして、その愛する人を取られることによって、その対象や、あるいは、その愛する人に対して恨みを持つ。

（九一年九月二十九日　札幌支部）（FS2-p804）

●転生への影響

エネルギーが下がり、心の働きも引き下がると、その人のバルドは性欲のバルドとなり、死後の世界を決定します。性欲を持っている魂の転生の代表的なものをいくつか取り上げましょう。

◆地獄へ至る可能性も

性欲を満足させてるどうしようもない弟子がいるみたいだが、これは来世地獄へ落ちるかもしれない……

（九〇年八月十四日　シャンバラ精舎）

（FS2-p524）

◆動物としての発生

中間状態に入ったときに、わたしたちは、みんながだよ、神通力者なんです。次の生（しょう）で、自分はどういう思いをすることができるか見えてくるわけです。だから例えばね、ある者は愛欲の本能があったとしましょう。いいですか。愛欲の本能があった場合どうなるかというと、セックスの場面が連続で出てくる。しかもそれが、固定した人に対する愛欲であったならば、その人のヴィジョンが連続で出てくる。そうではなくて単に性欲のヴィジョンだったならば、性欲に対する引っかかりだったならば、いろんな女性とセックスする場面が出てくる。そしていつの間にか、そういう光が現われて、その光の中に吸収されていく、ね。で、生まれ変わるのは、まあ大体が、あの種つけ馬、ね。

（八七年四月二十九日　「和田平集中セミナー」）

◆動物へ至る道

恐怖の心を持った者、そして性欲のある者はどこへ生まれ変わると思うか、君たちは。その魂は性器から抜け出し、動物の世界へ生まれ変わる。そのときには、見える世界は、まず、動物の空間が見え出し、いろんな動物がうごめいている。そこに没入することに非常に恐怖するという状態で没入していく。

そして、その妥協、性欲、これを繰り返し繰り返し修習することによって、その瞑想は成就する。そこに性的対象物があると性的衝動に駆られ、そして、妥協して楽であれば妥協すると。それによってその人の心はどんどん退縮し、小さくなり、恐怖におののくようになり、転生すると。どうだ君たち、つまり、これは動物へ至る道であると。

（九〇年八月十四日　シャンバラ精舎）
（FS2-p524）

◆人間転生

例えば、父母のセックスのヴィジョンが現われると。そして、女性は父親に対してものすごい愛欲を覚え、母親に対して嫉妬すると。例えば、男性は母親に対してものすごい愛欲を覚え、そして父親に対して嫉妬すると。そして子宮へ、気づいたときには飛び込んでいると。これは、実際にクンダリニー・ヨーガ、そしてマハームドラーの修行を行なっていると、必ずその父母との体験は経験するものである。

（九一年十一月二十五日　世田谷区民会館）（FS2-p903）

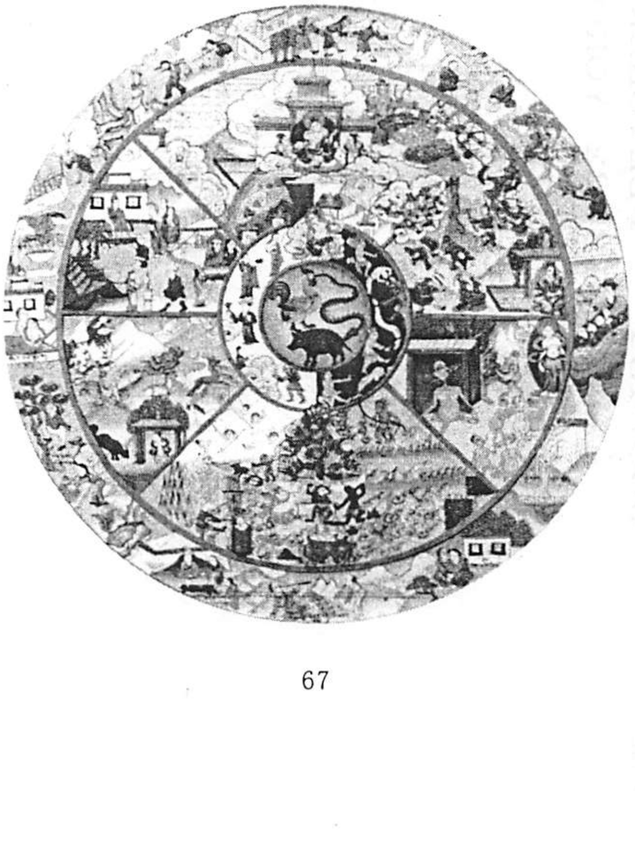
◆欲界転生への道

性的な情報・本の修習・実際の性的な経験、これは、まさにその次の堕落の段階、人間界から動物界へ堕落し、転生することを表わしています。なぜならば、愛著はアナハタ・チァクラであり、そして性的快楽そのものはスヴァディスターナ・チァクラの働きだからです。そしてこれから落下し、例えば特定の異性を防御する、あるいは、自分のつくり上げた富を防御するために攻撃性が備わってくると。これによってわたしたちは、意識堕落天や、あるいは地獄へ至るカルマを積みます。

つまり、わたしたちがこの人間の世界に生存し、ただ単に流されて生きるということは、わたしたちはただ単に三悪趣へ至る、あるいは低い世界へ至る道を歩いてるんだというふうに理解するべきなのです。

（九四年一月十一日　第四サティアン）（FS3-p150）

性欲による転生は、特定の対象に対する愛欲の興奮なら人間界、対象を限定しない性欲は基本的に動物界ですが、条件によっては低級霊域、意識堕落天、愛欲の天界へのきずなともなります。また、サマナの破戒はグルからいただいているエネルギーを漏らし、アパーナ気を強めるという意味で地獄への道が開かれるということをよく記憶修習しましょう。



性欲の修習、性欲の破戒によって引き起こされる状態をもう少し列挙しましょう。

・膝や股関節の痛み、体の固さ。
・スヴァディスターナ・チァクラでナーディーが詰まる。
・意志の力が弱る。
・四無量心が持てなくなる。
・スヴァディスターナ・チァクラに結ができることにより、疑念・恐怖心・無智など、ほかのスヴァディスターナ・チァクラの意識状態も生起しやすくなる。

これ以外にもまだまだたくさんあります。次ページに、参照説法リストを掲載しましたので、性欲の恐怖をしっかり記憶修習してください。また、本文中に引用した説法は、その場に『ファイナルスピーチ』のページ数を記入してあります。本文中でご紹介したのは説法のごく一部でしかありませんので、引用部分の前後を含め説法全体を記憶修習し、性欲捨断に役立ててください。

◆説法リスト◆

ファイナルスピーチに掲載されているものについては、ファイナルスピーチの掲載ページだけを紹介しています。書籍における該当ページは、ファイナルスピーチ巻末の掲載説法リストを参照して探してください。

●出家における不邪淫の戒

・不邪淫とは	『青年真理』３		FS4-p330
・イメージ、欲望を生起させない	ラジオ懺悔コーナー		FS1-p1138
・異性に心を動かしてはならない	ラジオ懺悔コーナー		EH1992.9号-p25

●邪淫の恐怖

・仏典に見る真理の教団と性欲の破戒	MH32 仏典講義		FS1-p732
・愛著しあったカップルの脳波	BS 第１部		FS3-p777
・良い瞑想・クンダリニーの覚醒のために	88.3.27	世田谷	FS2-p130
・エネルギーを蓄えて高い世界へ	89.4.27	富士	FS2-p406
・徳の消耗・疲弊	91.1.3	富士	FS2-p590
・性エネルギーのロスで意志の力が弱る	87.10.3	秩父集中	FS1-p130
・愛著によって正しい判断ができなくなる	87.5.1	秩父集中	FS1-p106
・愛著の色眼鏡	88.9.4	富士	FS4-p27
・異性に対して心が動くということは……	90.12.26	阿蘇	FS2-p577
・スヴァディスターナ・チァクラの魔境	87.10.19	世田谷	FS2-p76
・スヴァディスターナのきずな・けがれ	91.1.17	富士	FS4-p150

●邪淫と動物界転生

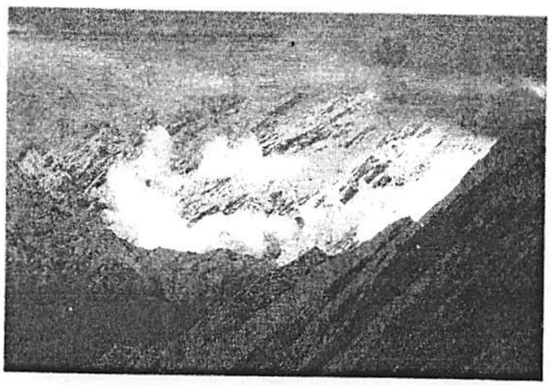
・下の門を閉じて上の門から抜ける	88.4.29	福岡	FS2-p144
・性欲の修習と転生	90.8.14	阿蘇	FS2-p524
・性的興奮と転生	92.4.29	大説法祭	FS2-p1013
・不貞によって500生動物へ	94.3.12	大阪	FS3-p177

これ以外に、『サマナ生活マニュアル』の「愛欲の捨断」の部分、「シヴァ大神祭」「サキャ神賢・ウマーパールヴァティー祝福祭」「真理の記憶修習 愛欲の捨断編」のテープも参照してください。

日々の実践のためのワンポイント

◆ *One Point Lecture* ◆

煩悩捨断－4 性欲（中）



皆さんは、自分の煩悩がどのように生起しているかをよく観察してみたことがありますか。

本来、絶対自由・絶対幸福・絶対歓喜の状態で存在していたわたしたちの真我は、三つのグナの干渉を受け、独存位の状態よりも三グナの方が素晴らしいという錯覚を起こして落下のプロセスを歩んできました。その過程でわたしたちは一つ、また一つと煩悩を身につけてきたのですが、性欲もそのような煩悩の一つです。

今回は、わたしたちがどのように性欲を身につけてきたのか、そして今生の経験の構成が、どのように性欲を生起させ、増大させてきたのかということを見ていきましょう。

性欲の生起の仕組みをよく観察すれば、わたしたちの性欲は身にまとった衣のようなものであって、必ず取り去ることのできるものなのだということが、よくわかることでしょう。

◆ *One Point Lecture* ◆

3　性欲生起のメカニズム

●性欲の発生

わたしたちは真我の落下のプロセスにおいて、一体いつから性欲を持つようになったのでしょうか。『創世期』では、魂が光音天から落下するプロセスが説かれています。この経典によると、男女の性の分化、そして男女の交わりは、第二天界・第一天界まで魂が落下して初めて生じるものなのです（『創世期』参照）。

非形状界・形状界・愛欲界の三界すべてを見渡すと、性欲は低い世界にしか存在しない煩悩だということがよくわかります。そしてこのことは、裏を返せば、性欲を捨断しない限り、高い世界へ転生することはできないということでもあるのです。（『真理の記憶修習　愛欲の捨断編』参照）

わたしたちが性欲を具足してきたプロセスと世界観についての認識を修習し、性欲捨断の一助にしてください。

……これが性の交わりの始まりである。そして、それは新たなる錯覚の始まりでもあったのである。

今日、あなたはどれほどこの異性というものに心を縛られ、煩わされているか、思い出すがよい。

このようないきさつを知るならば、それは本来、要らぬものであったと、あなたは知るであろう。（『創世期』）

●チァクラと性欲

性欲はスヴァディスターナ・チァクラが司る煩悩であるとよくいいますが、性欲の対象やどのような性欲かによって、対応するチァクラは異なります。性的快楽はスヴァディスターナ・チァクラ、イメージにおける性欲はチャンドラ・チァクラ、特定の対象に対する性的興奮はアナハタ・チァクラの働きによるものです。

今回はその中から、スヴァディスターナ・チァクラにおいてどのように性的感覚が生起するのかが説かれた説法を見てみましょう。

◆性的感覚の生起

まず、スヴァディスターナ・チァクラ、これは性的なセンターであるということができます。例えばわたしたちが性的感覚を生起させる場合、どのような働きによって生起するのかと。**まず、このスヴァディスターナ・チァクラが振動を始めると。そして、次の段階で性器に熱が生じると。そしてそこへわたしたちの意識は集中すると。つまり、心滴の本質の部分は、そこへと集中すると。風もそこに集中すると。**そして、この熱の発生がある段階、時間的および強さを超えた段階で、快感と呼ばれる状態が成立すると。

（九二年十一月一日　信州大学）（FS3-p33上）

性的な感覚は、単にチァクラの振動、熱の発生、心滴・風の集中によって生起するもの

にすぎないわけです。しかし、この感覚にとらわれ、性的感覚を満足させてしまうと、スヴァディスターナ・チァクラに蓄えられたボーディチッタを漏らしてしまうという、修行者にとって致命的なことになってしまいます。性的快楽に対するとらわれが始まったら、そのとらわれはエネルギーと心の働きがスヴァディスターナに集中しているにすぎないことをしっかり認識し、性的ストレスをしっかり昇華させましょう。

●発情・雄性行動

生物学・生理学的見地からは次のように説かれています。

（質問者）尊師は人間の性欲というものに関してどのようにお考えなのでしょうか。少し詳しく教えていただきたいのですが。

（尊師）結論からいうと、動物の発情と雄性行動というパターン——これは生物学を学んでいたら理解できると思いますが——と全く変わらないと、わたしは自己の経験だけではなく、いろいろな現象を

見て感じています。

それはどういうことかというと、まず**女性の側からの発情が生じると。そしてそれに対して男性は、無意識の意識というよりも、正確にいうと超潜在意識によって男性的行動に出ると。そしてそこで恋愛が成立して性欲が発生するということが、一般的なパターンであると。**

（九二年六月十七日・東京大学）（FS3-p409）

本来、ここで述べられている「発情」「雄性行動」は、アナハタ・チァクラの「愛欲の興奮」に関係するものであり、一人では起きない煩悩とされています（九二年四月三日の説法参照）。そのため、「愛欲の興奮」は、「下位に結びつける五つのきずな」では、第四番目に挙げられているのです。けれども「現代の人間は、もう一段階堕落した意識状態である」と尊師はおっしゃっています。発情でもない、雄性行動を起こす条件でもないのに反応してしまうというのがその理由です。これは、現代の社会のあり方に大きく影響されています。先程の質疑応答に続いて、次のように尊師はおっしゃっています。

ところが、現代の性欲はその状態からかなり屈折していて、視覚的・聴覚的に、かなり記憶修習をしていると。それは、例えば漫画、あるいはアニメーション、あるいはポルノビデオ等で、絶えずそこでの喜びを視覚的に見たり聴覚的に聞いたりすることによる記憶修習をしていると。それによって、例えば女性型の発情がなくても、男性の方は雄性行動に出てしまうというパターンが存在するようになってきている。つまり、哀れな時代であるというのがわたしの印象です。

（九二年六月十七日・東京大学）（FS3-p409）

●性欲のデータとその記憶修習

ではここで、わたしたちがいかに性欲の記憶修習をしているか、いかにデータによって性欲を刺激されているのかということに目を向けてみましょう。

◆煩悩的データによる洗脳

肯定的なデータ、肯定的な生き方、高い世界へ生まれ変わる生き方、これをデータとして入れ替える。これが、瞑想であると。これが修行であると。そして、煩悩的な生き方――例えば近ごろ十代、二十代の頭の人たちによく聞かれることは、自分たちは性的快楽を得てないと。だから、性的快楽を経験したいんだと、例えばね――、これもデータであると。**これは、雑誌あるいは漫画などで出てくる、そのセックスの場面、快楽の場面を見て、あるいはテレビで出てくるそういうものを見て、そういうものを経験したいと考えると。これも洗脳であると。**

（八九年十月二十四日　富士山総本部）（FS2-p460下）

◆快楽だけを強調する社会の情報

（尊師）実は、オウムを洗脳システムだと

言っている人がいる。でも、わたしは社会そのものが洗脳ではないかと思うんだよ。というか、この現象界そのものが洗脳ではないかと思うんだよ。

例えばだよ、性欲があるとしよう。そうすると、**今の社会というのは一方的に快楽の方だけを強調しているよね。セックスをすることによって、これだけの味わいがある、喜びがあるんだと。快楽だけを満たしていると。**だが、例えば高い世界から見るならばエネルギーの問題があるよね。それによってどれだけエネルギーをロスしてどれだけ体を痛めるのか、どれだけ寿命を短くしてるのか、それによってどれだけ不健康になっているのかと。で、このAも真理である。なぜなら快楽があるわけだから。そしてBも真理である。というのはエネルギーをロスするわけだから。で、Aを学んだ人はAによって洗脳され、Bを学んだ人はBによって洗脳されたとしよう。とすると、異性と一緒にいたとして、Aの取る行動とBの取る行動はどうだろうかということになる。

(編集部)違いますね。

(尊師)全く違うね。でも、両方とも真実の一面を言っているわけだよね。そして、**今の社会のデータというのは人間を下降させるためのデータなんだ。落としていくためのデータなんだ。**

(『マハーヤーナ』二十六号)(FS1-p997下)

皆さんは子供のころからどれほどの性的なデータを記憶修習してきましたか。「性的なものはあまり見聞きしていないから大丈夫」と思っている人もいるかもしれませんね。けれどもよく考えると、かなり小さなころから恋や愛を賛美するような小説や漫画、アニメやドラマを修習してきてはいませんか。また、テレビや雑誌、街の看板などの広告を目にするだけでも、これでもかというほど性欲のデータが入ってくることは、すでに皆さんもご存じでしょう。

では、これら常日ごろの記憶修習が、どのようにわたしたちの性欲を増大させているか、説法を見てみましょう。

◆イメージの修習が心の方向を決定する

イメージは、わたしたちに肉体的悪業を積ませないで、いろんな経験をさせてくれる。**例えば暴力のシーン、例えばグルメのシーン、例えばセックスのシーンと。これは、目で見る喜びというかたちで、この現代の日本では、大いに称賛をされている。しかし、このけがれなるがゆえに、わたしたちは、心の傾向というものを一つの方向に向けられてしまう。**

それはちょうど、動物における学習と同じである。この動物における学習とは何かというと、ここに犬を用意してね、その犬に食事を出すと。そのとき必ずベルを鳴らすと。しまいには食事を出さなくても、ベルを鳴らすだけでよだれが出てくると。

これと同じように、例えば異性を見たら、心をお互いに磨き上げる対象として見るのではなく、性的な対象としか見れなくなると。例えば、お金イコール美しい衣服を買う、あるいはおいしい食べ物を食べるといったパターン化された心しか持てなくなってしまうと。これは表象のけがれなるがゆえに起きる現象である。

(九一年二月二十八日　杉並道場)(FS2-p654上)

◆ One Point Lecture ◆

◆性欲の瞑想と成就

瞑想というと、とかくわたしたちのためになるという思いがあるが、必ずしもためになる瞑想ばかりではない。**人を上昇させる瞑想がある反面、下降させる瞑想もあるのである**。よって、瞑想イコール善であるという観念は捨てるべきである。そして、下降の瞑想の中に、わたしがこれから書こうとしている性欲の瞑想が含まれている。

それでは一体、性欲の瞑想とは何であろうか？　また、Kは今生において、どの程度の瞑想の修習を行ない、その結果、それが成就してしまったのだろうか？

例えば、十年の間、一日に三時間性欲のデータを入れ、それをイメージし、また、それにつけ加えてオナニーという実践を行なったとしよう。すると、**身におけるオナニーという修習と感覚におけるオナニーという修習**、また、**視覚・聴覚から入ってくる性欲の修習**、あるいは**性欲のデータを入れるんだという意志とそれを実行する修習**、そして**性欲はわたしに快楽を与えてくれるという希望を持つ修習、データを入れている最中の「これが快楽なんだ」という性欲を肯定する修習、データを入れ終わった後、もっと強いデータが欲しいと思う修習**——このように様々なかたちで性欲の瞑想の修習が繰り返されるのである。

こういう修習が、三時間×三百六十五日×十年＝一万九百五十時間という膨大な瞑想時間となったわけであるから、当然成就していることだろう。そして、**これは多くの人の場合に当てはまるのだ**。（『シャモン新聞』第十一号）（FS4-349上）

性欲の記憶修習がわたしたちに大きな影響を与えるのは、「もともとわたしたちが人間界に生まれてきたのは、この、異性に対する欲求によって輪廻転生しているわけだから、それをより強く記憶修習することにより、その経験の構成はより強いものとなる」（九二年四月十八日　第二サティアン）（FS4-p270上）からだと尊師はおっしゃっています。

さらに、データの記憶修習だけではなく、一度性欲を満足させてしまうと、さらなる大きな欲望につながっていきます。

◆情報、欲望の生起・欲望の増大

その前にまず、心の中に内在する欲望を満足した場合、心の状態はどうなるかについて検討しましょう。

わたしたちの心というものは、情報を経験し、その情報と同じ経験をするまで、その情報の経験をし続ける、という特質があります。例えば、ある料理を作ったとして、それが例えばテレビなどでおいしそうに報じられた場合、それが本当に自分に、自分の味覚に合うまで、その料理を作っては食べ、作っては食べを続ける、あるいは外に出て、その料理が本当においしいんだと認識するまでそれを繰り返し行なうと。例えば、これは現代の若者が毒されている一つの特徴として、性的快楽があります。**この性的快楽も、多くの本やビデオ、あるいはテレビといった情報のソースによって、つまり源に**

よって、性的喜びとはこういうものであるということを、何度も何度もデータに入れられ、そして、その喜びが実際に体験されて初めて、そこで納得すると。

ところで、最もわかりやすいこの食欲と性欲について、今、情報と、それから経験との関係を話したわけですが、この情報と経験は次に何を生み出すかというと、よりいっそうおいしいものを求めたり、あるいは、よりいっそう強い快楽を求める方向へと心は動き出します。つまり、おいしいものを食べ、あるいは、求めていた快楽が得られたとしても、その次にはよりいっそう強い欲求が生じてくるのです。そして、この欲求を満足させても満足させても、その欲求は拡大に拡大し、決して満足を得ることはできません。

（九二年六月八日　茨城県総合福祉会館）
（FS2-p1053下）

●心の働き

では、異性を求める、恋愛関係を求める、その背景にはどのような心の働きがあるのでしょうか。

◆五妙欲を求める心の働き

今日を境に、自分自身にとって自己をけがすデータをまず入れることをやめよう。いいね。それは積極的に取り入れるのではなく、消極的に取り入れる場合も同じである。

例えば、あの異性は、ね、あるいはあの同性はわたしを好いてくれてると。だから、その人のそばに行こうと。これは楽を求める、あるいは五妙欲を求める心の働きが背景にあって動くわけだから、当然解脱の障礙となる。まず、ヒナヤーナの三つのステージ、マハームドラーを成就するまでは、そういう心の働きを慎まなければならない。いいね。



(九〇年十一月二十四日　富士山総本部)
(FS2–p546 中)

◆異性を求める心の働き

「サイの角のように一人行け」というのはどういうことかというと、まず、一切の現象から離れなさいと。そして一人で修行しなさいと。次に、その「一人で修行しなさい」からもう一歩進めて、自己の内側にある真我に到達しなさいよという、この二つの意味が含まれているのである。

そこを理解せず、**心を、例えばSのように、Aという男性、Bという男性、Cという男性という、対象から対象へと心を動かすと。これはまさに、自分の心の中に穴が空いていて、そこはもう異性の入るべき空間であるという認識をしているというのと同じである。**(中略)**ところがその穴を埋めきって、完全に独存位の境地で、そして平安な状態でいられてこそ、初めて解脱の境地というものが体得できるんだということを、ここに認識しなければならない。**

(九一年一月二十九日　富士山総本部)
(FS4–p154 上)

◆対象を求める心の働き

(尊師)「どうして男を求めるんでしょうか」という質問についてはどう答えるか。……わかるかな、言ってることは。**どうして、男を求めるんでしょうか。寂しいから求めるんです。つまり、自己の内側に充足した意識状態が存在するとするなら、決して異性を求めません。しかし、異性を求めるということは、それは自己の内側に充足した意識状態が成立していないからです。**わかるかな、言ってることは。

だから、それは止滅するしかない。じゃ、なぜ、**その寂しさがあるんでしょうかという問題が次に出てくるよね。それは無智だからです**、ということになるわけだよね。

(質問者)その無智というのは、修行している状態がうれしいはずなのに、うれしくないという、そういう無智ですか。

(尊師)まあそれもそうだし、それからもう一つは、**例えば、恋愛が苦しみであるということを理解していない無智。**わかるかな、言ってることは。

(質問者B)あ、わかります。

(尊師)それからもう一つ、これは最も大切な修行法の一つに入るわけだけど、有**暇、つまり、あなたが修行に入る段階のあなたと、それから、現世でいるあなたと二つを比較した場合、**現世でいるあなたは有暇が存在してないと。つまり、修行するための時間は存在しないと。修行するだけの時間が存在しないと。しかし、在家にいるときのあなたは、そういう、例えば異性との交わり、その他の喜びは存在していると。

で、この二つを比較した場合、何を言えるのかというと、前者は、つまり、今の状況はあなたの魂の成熟にとって、それから死というものを境とした輪廻転生にとって大きな利益になると。しかし、一方は、要するに一緒に食べたり、飲んだり、あるいはセックスをしたり、ある

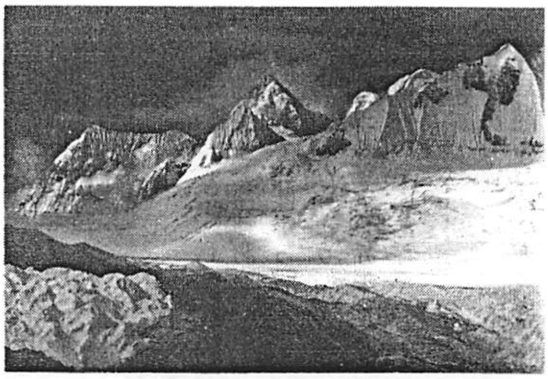
いはけんかをしたり、言葉のカルマを積んだり、行為のカルマを積んだり、あるいは心の嫌な思いをしたりすると。わかるかな、言ってることは。この両方に対する対比の瞑想がなされていないがゆえに、自己の意識を紛らわすための、寂しさを紛らわすための欲求の相手を探し求めるわけだよね、心は。わかるかな。
　それによって、本来苦しみが生起するはずなんだけど、それについては認識しないと。で、結局、欲求だけが残っていると。ところが、欲求が満たされないから寂しいと。ということだ。
（九二年四月九日　第二サティアン）

　さて、皆さんは日々の修行生活において、性欲を増大させるようなデータを取り込んでいませんか。性欲の記憶修習をしていませんか。異性に安らぎを求めたりはしていませんか。
　性欲に悩んでいる方は、どのように性欲が生起するかをしっかり記憶修習し、その性欲はあくまでもこれまでに取り入れたデータの記憶修習によって増大・現象化させられたものにすぎないことをしっかり認識し、捨断に努めましょう。

日々の実践のためのワンポイント

◆ *One Point Lecture* ◆

煩悩捨断－5 性欲（下）



絶えず考えるんだよ。わたしは解脱して、その歓喜の状態を含めて達成したいと考えているとしかし一方では、異性に引っ掛かっていると。どちらかしか採る道はないんだと。それを考えなさい。
（九三年八月二十四日　第二サティアン）

前々回に見たように、修行者にとって性エネルギーをロスすることは大変な恐怖なのですが、真我の落下のプロセスにおいて、また今生の経験の構成において性的煩悩を修習し続けてきたわたしたちは、なかなか性欲から離れることができません。
そのようなわたしたちに、尊師は、実に様々な角度から性欲捨断の方法を説いてくださっています。今回はそれらの性欲捨断の方法について見ていきましょう。

5　性欲を捨断するために

●性欲捨断の三つの方法

◆捨断の三つの方法

これは仏典に説かれているわけですが、まず第一に異性を見るべきではない。第二に話すべきではない。そしてこの見る、話すという二つの行為ができなければ、異性のいない空間で修行すべきである。

別の方法は、徹底的にエネルギーを上昇させる極限的な修行を行なうこと。プラーナがもしブラフマランドラに入るならば、そのとき異性に対する執着は消えます。しかしもし、そのプラーナがまた普通の状態の活動を始めたら、また異性に執着します。従って、このプラーナがブラフマランドラに入っているといわれている、マノーンマニー状態に早く入るべきです。

もう一つの方法は、好きな異性を見たら、それをすべてグルあるいはシヴァ大神、すべての真理勝者方に供養するイメージを培うことです。

（九三年八月二十八日　モスクワ支部
『法則の泉４』）

異性への執着、性欲を捨断する方法は大きく分けると三つあると言えます。一つは身において異性から離れ、心においても異性に向かわないようにすること、二つ目は性的エネルギーを昇華すること、三つ目はグルに取っていただくことです。

●異性を厭逆する

最初に捨断と厭逆の記憶修習について見ていきましょう。

前掲の尊師説法にあるように、性欲捨断のために異性を徹底的にブロックすることができれば、それに越したことはないのですが、完全に異性から離れることが難しい環境で修行しているわたしたちは、身においてなるべく異性と接さない努力と同時に、心においても異性を遮断するような記憶修習も必要です。

◆異性を徹底的に厭逆する

今、わたしたちが奉仕活動を行なっているこの異性――あるいは同性愛の場合は同性だが――、同性は、最大の敵であると。これは、わたしたちをまさに魔境に巻き込む敵であると。わたしたちを真理から逸脱させる敵であると、ね。その対象は、年老いたら腐り、ね、そしてステージが上がれば、その臭みというのはいかにも耐え難いと。このように考え、修行に集中すると。一心不乱にひたすら、自己のステージを上昇させ、そして高い世界の成就をすると。

（九一年五月十二日　富士山総本部
FS4-p175）

異性を遮断すると同時に、わたしたちの性欲を喚起させ、増大させるようなデータも徹底的に遮断する必要があります。前回も見たとおり、現代人の性欲は、発情や雄性行動以前に、世の中に氾濫している性欲のデータを記憶修習してしまっていることによって生起しているからです。

◆性的煩悩の遮断が一つの原則

現代はやはり、例えば一般の雑誌でもヘアヌードが出るくらいの時代ですから、そういうのを見ないということも当然必要じゃないかと。つまりビデオを見ない。あるいはそういう雑誌の、性的煩悩を刺激するようなものを見ないということが一つの原則ではないかと思うのですが、どうでしょうか。
（九四年十二月十一日　ラジオ放送FS3-p229）

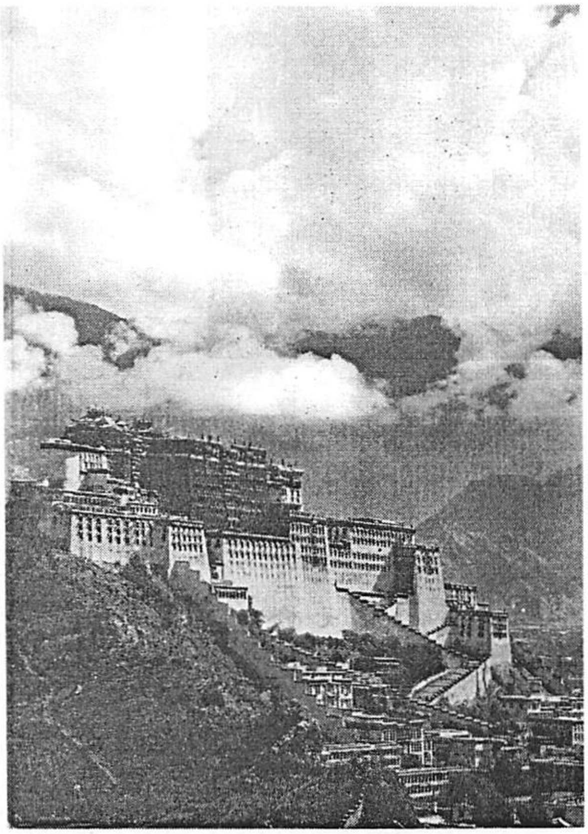
●性欲厭逆の記憶修習

異性や現世のデータの遮断と併せて、性的な喜びを肯定する現世のデータと逆の方向性を持つデータの記憶修習も行ないましょう。

◆現世のデータと対等の否定のデータが必要

思索ができないというのは対等じゃないんだよ、データが。例えば、現世否定のデータを百回入れる。そうすると、現世肯定のデータが百回入ったとしたら、ちょうど釣り合いが取れて思索ができるようになる。性欲についても同じだ。

性欲について喜びのデータが、例えば、千回入っていたら同じように千回否定のデータを入れて、そこから思索をする。これをやれば思索はできるようになる。もしできないとすれば、まだ回数が足りないんだ。
（九一年十月十六日　富士山総本部）



では、具体的にどのようなデータを修習すればいいのでしょうか。
まずは、前々回に見た性欲のデメリット、性欲捨断のメリットの修習が挙げられるでしょう。性欲の破戒の恐ろしさ、精を漏らすことが修行を進める上でいかに弊害が大きいか、そして、性欲を捨断して修行を進めることによって得られる素晴らしい境地をしっかり記憶修習するのです。

●瞑想によって離れる

また、性欲を滅するために、性欲の対象となる異性の身体や心、それを喜ぶ自分の要素一つ一つについて検討し、瞑想によって離れる方法もあります。これには「四つの記憶修習の現象化（四念処）」や無常の瞑想が当たります。

「我が身これ不浄なり」これは、出家修行者が自分の身に頓着しないだけではなく、異性に頓着しないための法であると説かれています。自分の身体の不浄性、異性の身

体の不浄性をしっかり認識し、それをリアルに瞑想することで、そのような不浄なものに執着することから離れていくのです。

◆糞尿の製造器

はい、「我が身これ不浄なり」と。ね。男の肉体も女の肉体も、糞尿の製造機であると。それ以外の何物でもないと。そして、わたしたちはこの肉体があるがために苦しまなきゃなんないと。あるいは、幻影を味わわなきゃなんないと。ね。こんな不浄の肉体から離れなきゃなんないと。ね。よって、この肉体が滅びたとしても、それに対して苦悩を味わう必要はないと。これが、ね、「我が身これ不浄なり」だ。

（八九年四月十二日　富士山総本部　FS2-p383）

肉体に対する正観　「我が身これ不浄なり」の瞑想の前段階として、身体に対する正しい観察が必要です。自分や異性の身体がどのように構成されているのかをありのままに見ることによって、異性というものには、実は自分が思っているほどとらわれる要素はないのだということがわかるようになってくるのです。肉欲に対する引っ掛かりや、異性に対する執着がある場合には、この瞑想をしっかり行なうとよいでしょう。

◆肉体に対する正しい観察

正観（せいかん）というのは何かというと、その対象一つ一つについて正確に認識すると。例えば、人間とは何かと。人間とは何かと。例えば、対象に対して、あ、ハンサムだな、あるいは、あ、美しいな、あ、グラマーだな、あ、スタイルがいいな等々の言葉がくるけども、これは正しくないと。

人間って、例えば何かと。まず、表皮があって、真皮があって、筋肉があって、ね、脂肪があって、あ、脂肪があって、筋肉があって、そして腱があって、ね、例えば骨があって、内臓があって、脳があって云々と、こういうことになるわけ。ちょっと寂しいね、と考えるでしょう。しかし、実際真理というのはそうではなくて、そういうものを探究する。

（九一年十月二十六日　名古屋支部）

「感覚は苦なり」　性的感覚の喜びは、感覚によって与えられる苦痛と表裏であるということをよく認識することです。性的感覚、性的快楽にとらわれている場合は、その裏にある苦しみをしっかり瞑想しましょう。

◆喜びと苦しみの感覚は表裏

例えばまあ、性欲について言うならば、性的快楽、この快楽があると。この快楽は最高のものであると。この快楽は喜びであると。こういう修習をしていると。しかし、例えば感覚器官について詳しい人がいたらわかると思うが、これらの感覚は喜びの感覚と同時に、例えば、痛覚があるとして、その痛覚も同じように敏感に働くと。つまり、喜びの感覚器官と苦しみの感覚器官は、対等にレベルアップしたりレベルダウンするんだと。

（九二年四月十九日　京都支部　FS2-p998）

「心は無常なり」　異性の性格――優しさや活発さなど、いわゆる「性格の良さ」――に執着している場合は、人の心は無常であり、移り変わっていくものであることをよ

く考えるとよいでしょう。また、自分が異性に執着していることにとらわれている場合――自分はその人に対する執着なしにはいられないなどと思っている場合――は、自分自身の心も無常であることをしっかり瞑想してみましょう。

◆恋愛は三年以上続かない

恋愛も同じだ。これは、ある心理学者のね、研究だけども、恋愛感情というものは、三年以上は続かないといわれている。ね、三年以上、恋愛している人もいるかもしれない。しかし、それは大概努力をしてね、努力をして思い込んで続いているだけにすぎない。このデータをね、正しいと見るか、正しくないと見るかは、それは皆さんの判断に任せるが、心というものが無常であることは間違いがない。

（八七年六月二十五日　丹沢　FS2-p32）

無常の瞑想　どんなに異性に愛著してその喜びに満足したとしても、すべてのものは無常です。愛著による喜びに執着すればするほど、それを失うときの苦しみは大きいものです。愛著の裏にある苦しみ、物事が移ろっていくことの苦しみを、自分の性欲や異性に対する執着に当てはめて、しっかり瞑想してみましょう。

◆執着の無常性を考える

じゃあ、どのようにしたら、人間界のカルマを切り、ね、もっとすべてのものをだよ、ありありとね、ありのままに、正確に見ることができるかと考えるならばだ、ね、それは、まず情の無常性、無常というのは常ではないということだね、そのわたしたちが引っ掛かっている**執着の無常性というものについて検討すればよろしい**。考えればよろしい、ね。執着の無常性とは何だと。**例えばここに美しい恋人がいたと。この美しい恋人は今は美しい。しかし、果たして二十年後どうだろう、三十年後どうだろう、五十年後どうだろう**と、ね、それを考えたならば、それは無常である、ね。もしだよ、あなたが美しさのために、**例えば執着しているならば、それは無常であると、いうことに気付き、ね、そこから一歩離れた角度で恋人を見つめることができよう。そしてその段階で、ほかにもし、その人に対してだよ、愛着する要因があるなら、それについて検討してみたらよろしい、ね。**

（八八年七月三十一日　名古屋支部　FS2-p171）

●四無量心を持って異性と接する

性欲を捨断するには、「厭い離れる」という方向の記憶修習だけではなく、一歩進んで性欲と逆のベクトルを持つ「四つの偉大なる心の覚醒（四無量心）」の瞑想と実践も同時に行ないましょう。これによって、異性を欲望の対象ではなく、真の法友、あるいは救済の対象として見ることができるようになります。しかし、ここで気を付けなければならないのは、愛と愛情は違うということです。安心施や聖慈愛の実践と性欲とを取り違えることのないように、愛と愛

情の違いについてもよく記憶修習しましょう（愛と愛情の違いについての説法は、リストを参照してください）。

◆異性をどう見るか

　例えば、異性がいると。異性を、「あ、この人は女性である」とか、あるいは「男性である」と認識した瞬間に苦しみは生起し出す。しかしもしその異性を、「この人は、修行者である」とか、あるいは「この人は法友である」とか、あるいは「この人は、自己の法の先達である」とか、あるいは「自己の法の後輩である」とか認識した場合、どうだろうか？　煩悩が生起すると思うか。

（九三年八月二十五日　杉並道場　FS4-p302)

◆真の聖者の心の働き、言葉の行ないができるように

　そして、修行の本当の意味での素晴らしさは、潜在的にぽっと凡夫が考える、あるいは外道が考えるような結論ではなく、真の聖者が考える、あるいは真の聖者が言葉に出すような言葉が、自然と出るかどうかであるということである。

（中略）

　例えばそれはどういうことかというと、異性、ぱっと見ると。そうすると、それは欲望の対象であると。あるいは、異性をぱっと見ると。するとその異性は、あまりにも哀れな存在であると。いかに美しい異性であっても、いかに魅力的な異性であっても、年を取り、老け、そして老い、死んでいくと。そういう魂に対する哀れさ、その魂の無常に対する哀れさというものが、ぱっと出てくるようなまず菩薩の心を培おう。

（九〇年十一月三十日　富士山総本部　FS2-p550)

●エネルギーの昇華

あなたはどのようなときに性欲を強く感じますか。

　さまざまな煩悩のストレスは、エネルギーがその煩悩に対応するチャクラで詰まっているときに生じます。性欲はスヴァディスターナ・チャクラのストレスです。ストレスが高まっているからといって性的感覚を満たしたり、異性に執着したり依存したりして性的煩悩を満足させてしまうことは、このストレスのエネルギーをスヴァディスターナ・チャクラから漏らしてしまうことになります。

　ところが、この性欲のエネルギーをしっかり昇華することができれば、性欲を解消することができるだけではなく、ツァンダリーのエネルギーへと換わり、性的感覚とは比較にならない喜び、快感を得ることができるのです。

◆クンダリニー・ヨーガの解脱のためのエネルギー

　わたしは前回のセミナーでこういう話をしているはずだよ。性欲というものはクンダリニーのエネルギーだよって。だから例えば、ね、オウムのメンバーで、性欲が出てきても瞬時に解消されてしまう。それは、ゴーッと背中を上がって昇華されてしまうんだよ。だから君も本当の意味でスシュムナーが通って、ね、そのエネルギーが上昇してしまうようになれば、性欲があっても、すぐ解決される。

それは。それは潜在意識と一切関係ない。わかるか、言ってることは。
　ところが普通、性欲で困るのは、例えば、このスヴァディスターナだったらスヴァディスターナを震わせて、熱エネルギーとなってこの逃げ場がなくなってね、性衝動に駆られると。これが困るわけだよ。
　ところがそうではなくて、いいかな、そうではなくて、このエネルギーが上昇のエネルギーに変わって抜けるんだ、上から、上に。正確に言うと、頭頂から抜け出すんじゃなくて、頭頂のブラフマランドラの門、鍵を開けて、ここから先程言った陰気ね、わたしたちの心を静めるエネルギーを下降させるわけだよ。そのためのエネルギーなんだよ。
（八七年六月二十四日　丹沢集中セミナー）

◆性的快感より強い快感を得る

　そして、スヴァディスターナ・チァクラによって作られた、あるいは秘密チァクラによって作られたエネルギーが、どんどん上昇すると。上昇することによって、体全体の快感――これは、性的な快感よりもメッチャメチャに強いわけだけども――それを経験するようになると。そしてこの快感の経験によって、性的な交わりがいかに無益なものであるかを悟ると。そして次には、その快感状態をより強く求めるようになると。しかしこの快感も無常であって、ナーディーがどんどん浄化されていくうちに、快感が消えてしまうと。しかしこの快感が消えると何が起きるのかというと、心身に「楽」が生じると。そして、一種の、外的に見たら痴呆の状態、無思考の状態が生じると。無思考の状態が生じるがゆえに、当然、性的対象に対する認知がなくなり、そして完全な馬陰が起きるのである。
（九二年四月十七日　第二サティアンFS4-p268）

　では、性的ストレスになっているエネルギーを上昇させ、性欲をなくすにはどのような修行を行なえばいいのでしょうか。

◆ムドラーをし続ける

（尊師）性欲は歓喜のチァクラだから、どんどん持てばいいじゃないか。肉体的に性欲がある場合、いいか、それは喜びなさい。徳があるんだからと。で、次の段階で、いかにひたすら、シャクティチャーラニー・ムドラー、アグニサーラ・クリヤ、アシュヴィニー・ムドラー、これをし続けることができるか。だから、煩悩を生じなくしてしまう。その煩悩のエネルギーを体全体に満たすと。な。だから二十四時間あるわけだから、例えば、その二十四時間ずっと、シャクティチャーラニー・ムドラーとアグニサーラ・クリヤとアシュヴィニー・ムドラーとをやれるようにするんだ。
（九五年一月十八日　富士山総本部）

◆アシュヴィニー・ムドラー

　その性欲が出てきたらどうしたらいいかと。それは、アシュヴィニー・ムドラーを一生懸命やんなさい。アシュヴィ

ニー・ムドラーというのは、肛門を締めたり緩めたりするこれだ。これを一生懸命やりながらやってごらんなさい。そうすると、あなたの他の器官に生命エネルギーとして注がれるから、その性欲、精力がね。そうするとより一層ヴィヴィッドになるだろう。活発になってくるだろうね。鮮明になってくるだろう。

（八八年二月二十日　世田谷道場）

◆小乗のツァンダリーで高い世界へ

次に、スヴァディスターナ・チァクラから漏れのある人は、「小乗のツァンダリー」、これを一生懸命実践なさり、高い世界の神々との合一によって、そのエネルギーを飛翔させるというテクニックをなすことによって、スヴァディスターナから一気に高い世界へとジャンプなさったらいかがでしょうか。

（九一年四月二十日　第一サティアン　FS2-p680）

性欲捨断の記憶修習によってスヴァディスターナ・チァクラからエネルギーが漏れるのを防ぎ、肉体的行法やツァンダリーによってエネルギーをしっかり上昇させる。

このようにして性欲が完全に昇華できたなら、性欲のエネルギーは慈愛に変わると尊師は説かれています。

◆性欲を昇華すると慈愛に変わる

発情のホルモンは何だ、一般的には。

（中略）**卵胞（らんぽう）刺激ホルモン、あるいは黄体刺激ホルモンがあると。この発情が昇華されたらどうなると思うか君たちは。慈愛につながるんだね。**つまり、すべての人に対して、本当に優しい心、これが出てくるんだ。従って北伝では、例えば父母に対する情と、それから慈愛とは同じであるといってる。実際は違うよね。



●グルに取っていただく

三つ目の方法は、グルにすがり、取っていただくことです。

これには、執着の対象をグルに供養する瞑想をする方法（p38説法参照）、グルに意識を向ける、あるいはパーフェクト・サーヴェーション・イニシエーションを受けるといった方法があります。これらの方法によって、完全なる煩悩破壊に到達されているグルとわたしたちとの間で、アストラル、コーザルのレベルでのデータ交換が起こり、わたしたちの煩悩をグルに背負っていただくことができると同時に、煩悩を消滅させるためのデータをグルから受け取ることができるのです。

◆グルに性欲を向けると消える

一つ質問があった。それは何かというと、わたしに対して性欲を感じてる、ね、まあ、何ていうのかなあ、「蓼食う虫も好き好き」じゃないけども、そういう人がいると。で、これは悪いことでしょうかと。いいことでしょうかと。みんなどう思うか。

（中略）

まずね、一つ考えてみよう。シャクティーパットの接触と、それからグルを意識するときの接触が同じであることを君たちはわかるか。これはどういうことかというと、例えばわたしの本来持っている心の働き、すべてのものを上昇させるという心の働き、ね、その働きによって、手からまあエネルギーが出ていって、君たちのエネルギーを覚醒していくというか、上昇させるというかね、いう働きがあるわけだけども、これは、君たちが例えば直接わたしと触れなくても、わたしを意識することによって生じるわけだね。

それからもう一つは、心の働きで――これは試してみたらいいよ――徹底的にね、性的なイメージをわたしに向けてごらん。そしてそのとき、そのあとどうなるかと。おそらくそのイメージというのは、少しずつ少しずつ消えていくはずだ。

それはどういうことかというと、ね、濁った水を、透明な水の中にどんどんどんどん放り込んでいくと。そうするとどうなるか？　透明な水が、もしものすごい量あればどうなる？　その濁った水というのは、ほとんどわからない状態、ね、透明な状態と変わらない状態が現出されるよね。

（八九年一月二十七日　富士山総本部
FS2-p293）

◆けがれがグルに伝わり止滅する

ただ、このイニシエーション（編集部注：パーフェクト・サーヴェーション・イニシエーション）の一つの、まあ欠点といったらいいのかな、それはすべて、打ち込んだデータのけがれがわたしの脳に伝わってくる、ということです。例えば、その人の情報がほとんど性欲であるとするならば性欲の情報が、ある対象が打ち込み始めた瞬間からわたしの方に伝わり、そしてそこで止滅が始まると。あるいはある人が、まさに宗教性のない煩悩的な思考をしてる人の場合、やはり肉体的な吐き気、あるいはそれだけではなく、頭痛等の経験がわたしに伝わってくる、という現象が起きます。しかしまあ、これについては、わたし自体目的としているものそのものが、自分自身の体

すべてをシヴァ大神と真理勝者方に布施するという意味がありますから、今までの、この地球始まって以来かどうかについては非常に難しいけれども、少なくともムー大陸、あるいはアトランティス大陸以来の最高のイニシエーションがここに現われた、と言うことができると思います。

（九三年十二月二十五日　亀戸道場　FS4−p324）

◆グルのエネルギーで煩悩止滅

わたしの思索パターンを、そのまま、例えば弟子が受けると。ということはどうなるかというと、そのときの脳波の形というものはわたしの形ですから、それはわたしの、今度はコーザルに影響を与えます。よろしいでしょうか。そうするとその煩悩の止滅のときに使われるエネルギーは、当然わたしのアストラルのエネルギーが使われ、そしてそのけがれはわたしのコーザルによって浄化される、というパターンを取ります。ですから例えば、特に縁の深い弟子たちは、それが嫌悪にしろ、あるいは性欲にしろ、あるいは愛著にしろそうですが、**必ずわたしがそれを感じます。そして感じたものについては、大体二度と出てきません。**という状況ですね。今、実験的に証明するならばそういうことです。

（九四年一月十二日　第四サティアン　FS3−p421）

しっかりグルに意識を向け、また、尊師がわたしたちに与えてくださった素晴らしいイニシエーションであるパーフェクト・サーヴェーション・イニシエーションを受けることによって性欲を捨断しましょう。

●性欲捨断の実践アドバイス

性欲捨断のためには、自分が持っている性欲を証智し、直接的に性欲にアプローチして捨断する方法だけではなく、別の角度から法則の実践に集中することによって、性欲を捨断しやすい心の状態を作り上げていく方法もあります。最後に、そのような方法が説かれた質疑応答をご紹介しましょう。

◆スヴァディスターナ捨断の思念と情報の捨断

それからスヴァディスターナの捨断については、「わたしは、迷妄から来る疑念を取り払おう」と。ね。そして、「真理の実践をしっかり行なうんだ」と。「真理の実践を行なう以外に、スヴァディスターナの捨断はない」と。「わたしはこのスヴァディスターナの働きによって、形状−容姿が良く見えたり悪く見えたりしてる」と。ね。あるいは、「異性にあこがれたり、煩悩が生じたりしてるんだ」と。「よってこのスヴァディスターナを捨断するぞ」という思念をすると。いいかな。

それからもう一つは、徹底的な情報に対する捨断を行なうと。これもスヴァディスターナの捨断の方法の一つです。つまり例えば、よく、「受ける」という言葉があります。わかるよね。「わたしは町

に行って受けてきた」って。あれ受けてきたというのは、要するに自分の中に、そのスヴァディスターナ・チァクラの働きがあるからであって、絶えず妥協を修習してる人が受けるんです。
　わかるよね、言ってることは。で、その捨断については、日ごろから、例えばいろんな人がいろんな想念を出すわけだけど、それに対してしっかりとビシッと捨断するという訓練をする必要がある。これを行なうことによって、スヴァディスターナは捨断されます。
（九二年四月十六日　第二サティアン）

◆渇愛捨断のための四つの実践

（尊師）なぜ渇愛するのかと、寂しさを感じるのかというと、それは自己の外側に、本当の意味で自分を幸福にしてくれるもの、自由にしてくれるものがあるというふうに錯覚を起こしているからだね。だから渇愛をするんだよ。寂しさを感じるんだよ。つまり、それがマーヤー、幻影だ。それによってこの六道の世界は形成されているし、あるいはアストラル、コーザルの世界は形成されていると、そのようにお考えになったらよろしい。
（質問者）その渇愛の情を克服して、正しくものを見て、正しい行動をするようになるためには、どのように日ごろ心掛ければよろしいんでしょうか。
（尊師）それは先程言ったとおり、インスタント的な薬物はありません。何かというと、きちんと、まず布施の実践、それから戒を守ること、ね、そして忍辱、ね、耐え忍ぶこと、そして、徹底的に修行することだね。こういう実践を行なうならば、間違いなくあなたも渇愛が消滅するでしょう。
　なぜかわかるか。それは、あなたの心の中に渇愛をよしとしている部分がある。そして、それは真実だと考えている部分がある。そうではなくて、本当の真実に対して、真理に対して、あなたが帰依し、その行為を行なうならば、あなたの心は少しずつ少しずつ修正される。いいかな。そのことによって、あなたの心は浄化され、すべてのものをありのままに見つめる力が出てくると、そのようにお考えなさい。
（八八年十月十六日　世田谷道場）

◆できることからやっていく

（質問者）性欲にかなり引っ掛かってて。
（尊師）それはもう、引っ掛かってるのはしょうがないことだから、どうして教学を一生懸命やったり、例えば、マントラを唱えたり、瞑想したりしないんだ。つまり、できないことをやってもしょうがないんじゃないか。できることからやってけばいいじゃないか。だから、一日の時間の使い方に問題があるんじゃないかね、それは。そういう煩悩に引っ掛かって、苦しい苦しい、自分は駄目なんじゃないかという、そういう否定的な修習をするんではなくて、自分のできること、例えばワークは今日は何時間できた、今日ワークは何時間できたと。今日は教学が何時間できたと、ね、という肯定的な情報の収集、情報の記憶修習をやりながら、発展的に自分をとらえていった方が、わたしはずっと早く、その性欲から抜けると思うよ。
　わたしたちの意識をスヴァデスターナ・チァクラに固定し、高い世界の経験をする

ことを妨げる性欲。その衝動に駆られ、身において、あるいは心において性欲の破戒をなしてしまったら、グルとの縁を傷付けてしまい、自分自身の下向のカルマに結び付くだけではなく、対象を引き下げる大きな悪業になってしまいます。

これまで三回にわたって学んできた性欲の恐怖、わたしたちが性欲を具足してきたいきさつ、そして性欲捨断の方法をしっかり記憶修習し、性欲破戒の恐怖と性欲の苦しみから一日も早く離れようではありませんか。

前回と今回の関連説法のリストを次ページに挙げます。本文中で紹介した説法も含め、ぜひ、多くの性欲捨断の説法を記憶修習して実践してください。

◆One Point Lecture◆

いくら一生懸命功徳を積もうと思っても、下からエネルギーが漏れていたとしたら、智慧へどのようにしてプラーナが還元されるんだろうかと。スヴァディスターナ・チャクラに蓄えられたボーディチッタが上昇し、わたしたちの大脳を振動させ、そして養分とならない限り、どのように智慧が発達するのだろうかと。こう考えたならば、ボーディサットヴァとして生きる上において、ボーディチッタを漏らすということは、最も恐怖である。もし、自分自身で漏れる、漏らす、とするならば、それはちょん切った方がいい。それぐらいの、強い決意をもって捨断すべきだ。

（九三年八月十六日　清流精舎　FS4-p293）

